

Ensalada de Cherry Sorpresa



Hace muchísimo tiempo que no publicaba una receta de ensalada, y no será porque no la comemos ya que es un plato que siempre está presente en nuestra mesa, pero normalmente recurrimos a las ensaladas de siempre, y otras veces cuando se trata de innovar algo sale sobre la marcha y luego no me acuerdo de la receta exacta para publicarla.

Con esta receta me me presento al **concurso** patrocinado por el [Consejo Regulador de la denominación de origen de aceite](#). Elaborar un plato cuyo ingrediente principal sea el aceite de oliva me lleva a a pensar directamente en una ensalada, ya que es donde creo mejor se aprecia todo su sabor y aroma además de realzar el sabor del resto de ingredientes.



Cocinerando

Los aceites promocionados por la **DO Montes de Toledo** se elaboran con la variedad Cornicabra, considerada uno de los productos estrella de la dieta mediterránea.

El **aceite de Cornicabra** es más estable que el de otras variedades y presenta una amplia gama de aromas, debido a que posee un gran porcentaje de ácido oleico y antioxidantes, especialmente polifenoles, lo cual hace que sea especialmente saludable.

De sabor tiene un tono picante y un ligero amargor que lo hacen inconfundible, y al contrario de lo que pueda parecer no destaca sobre el resto de los alimentos que acompaña, sino que realza su sabor.

INGREDIENTES (4 raciones individuales)

- 12 tomates cherry
- 50 gr. arroz basmati
- 45 gr. bacon picadito
- 1/2 cebolla
- 1 zanahoria
- 50 gr. rúcula
- 50 gr. nueces
- Aceite de oliva cornicabra

ALIÑO DE FALSO PESTO DE ESPINACAS

- 30 gr. brotes de espinacas frescas
- 60 gr. aceite cornicabra
- 40 gr. nueces
- Una pizca de sal

PREPARACION

Cocemos el **arroz** basmati en una olla con abundante agua, un poquito de sal y una nuez de mantequilla el tiempo indicado por el fabricante (12 min). Escurrimos y reservamos.

Sofreímos a fuego lento la **cebolla** picadita con un chorrito de aceite de oliva cornicabra, y cuando empiece a estar transparente añadimos el **bacon** muy picadito también, subimos el fuego para que se dore y a continuación incorporamos el arroz bien escurrido, removemos bien al fuego para que se impregne del sabor del sofrito y dejamos enfriar.

Lavamos los tomates **cherry** y cortamos el "sombrecito" que reservamos, los vaciamos y colocamos en un plato boca abajo para que suelten el agua que les quede

Cocinerando

en su interior.

Los **rellenamos** con el sofrito de arroz, bacon y cebolla con una cucharita de café, disponemos sobre una cama de **rúcula**, y ponemos el sombrerito que teníamos reservado.

Para el **aliño**, en una picadora o procesador de alimentos ponemos los brotes de **espinacas** troceados, las **nueces**, el **aceite de oliva cornicabra** y un poquito de **sal**, y trituramos hasta quedar una salsita. Si queda muy espesa podemos aligerar con un poquito de **agua**.

Vertemos esta salsa sobre la base de rúcula y los cherries por encima.

Por último, añadimos las **nueces** troceadas a la ensalada y unas tiras de **zanahoria** hechas con mandolina.

